# LE RESSOURCES POUR FEMMES DE PASTEURS





#### EN COUVERTURE

Un des sujets les plus sensibles que doivent aborder les couples est l'argent. L'argent est-il source de tension dans votre vie conjugale? Découvrez quelques astuces pour apprendre à bien le gérer au sein du couple.





#### RUBRIQUES

#### 04 QUI SAIT?

Il n'y en a qu'un qui sait tout et il désire que nous nous tournions vers lui.

Kathie Lichtenwalter

#### **06 300 ENFANTS**

Dieu répond aux prières mais pas toujours comme nous l'aurions souhaité. Sayuri Rodriguez

#### 13 S'AMUSER EN COUPLE

26 idées pour s'amuser sans trop dépenser!

#### 16 A SES PIEDS

Quelle est la plus importante leçon que nous enseigne Marie Madeleine ? Gail McKenzie

#### **ARTICLES**

#### 03 EDITORIAL

Vous ne pourrez jamais donner plus que Dieu!

#### 9 ASTUCES POUR S'EPANOUIR

#### 10 STYLE DE VIE

Buvez au volant!

#### **20 RELATIONNEL**

Argent, argent, argent . . .

#### 24 CHERE ABIGAIL

« Je suis financièrement désemparée. »

#### **26 ENFANTS**

L'argent : un cadeau de Dieu

#### 30 NOUVELLES D'AILLEURS

#### SOURCES BIBLIQUES :

Les versets marqués LSG ont été pris de la version Louis Segond (1910).



Le Journal : Ressources pour épouses de pasteurs est une publication trimestrielle de Shepherdess International produite par Shepherdess International, une entité de l'Association Pastorale au niveau de la Conférence générale des églises adventistes du 7ème Jour. COORDINATRICES DES DIVISIONS : MINISTERE AUPRES DES EPOUSES DE PASTEURS ET FAMILLE

Afrique du Centre-Est : Winfrida Mitekaro

Eurafrique : Elvira Wanitschek Eurasienne : Alla Alekseenko Interaméricaine : Cecilia Iglesias Nord-Américaine : Donna Jackson Asie-Pacifique Nord : Lisa Clouzet Sud-Américaine : Marli Peyerl

Sud de l'Afrique et Océan Indien : Margret

Mulambo

Pacifique Sud:

Asie du Sud : Sofia Wilson Measapogu Asie-Pacifique Sud : Helen Gulfan Trans-Européenne : Patrick Johnson

Afrique du Centre-Ouest : Sarah Opoku-Boatang

#### BUREAU EDITORIAL:

12501 Old Columbia Pike

Silver Spring, MD 20904-6600

Téléphone : 301-680-6513
Fax : 301-680-6502
Email : lowes@gc.adventist.org
Rédactrice en chef : Janet Page
Adjointe à la rédaction : Shelly Lowe

Adjointe à la rédaction : Shelly Lowe Editrice de copie : Becky Scoggins Mise en page et Conception : Erika Miike

Imprimé aux U.S.A.

www.ministerialassociation.org/spouses/

#### SOURCES PHOTOGRAPHIQUES :

www.dreamstime.com.br, www.freepik.com

# Vous ne pourrez jamais donner plus que Dieu!

« Donnez, et il vous sera donné : on versera dans votre sein une bonne mesure, serrée, secouée et qui déborde ; car on vous mesurera avec la mesure dont vous vous serez servis. »

Luc 6.38, LSG

Nous assistions à une assemblée fédérale. C'était un sabbat matin, et je m'étais réveillée argumentant avec Dieu. « J'aurais pu épouser un riche chirurgien. Financièrement, je me suis sacrifiée en épousant un pasteur! »

Lors de cette assemblée, l'offrande spéciale était dédiée à l'évangélisation. Alors que je devais prendre la parole, je me suis sentie poussée à demander aux membres de prier pour que Dieu indique à chacun le montant à donner. Après cela, la congrégation se recueillit silencieusement.

Dieu me poussa alors à lui poser la même question. Pourtant, je ne voulais pas m'engager à donner plus que nous en avions! Tout cela m'effrayait. J'avais bien une idée du montant que Dieu attendait. « C'est impossible pour nous de faire un tel don! ai-je répondu à Dieu. Nous ne possédons même pas cette somme sur notre compte épargne! »

Quand j'ouvris ma bible, je tombai sur un verset qui me bouleversa. « Heureuse celle qui a cru, parce que les choses qui lui ont été dites de la part du Seigneur auront leur accomplissement. » (Luc 1:45, LSG) Un peu plus tard, Jerry, mon mari, me demanda: « Combien Dieu t'a t-il demandé de donner ? Il ne vaut mieux pas que tu le saches. Tu te moquerais de moi. » Par le passé, lorsque je partageais avec Jerry les idées que j'avais pour contribuer à une œuvre caritative, il se contentait de me tapoter l'épaule et de me dire : « Nous en

reparlerons plus tard. » Fin de la discussion.

Mais cette fois, il insista, alors je lui dévoilai le montant, m'attendant à déclencher un fou rire. A mon grand étonnement, il déclara : « Alors nous devons le faire ! » Avec vigueur, je rétorquais : « Nous n'avons pas une telle somme ! C'est à peine si nous arrivons à régler nos factures ! »

Tout sourire, Jerry déclara : « Nous pourrions vendre nos meubles ! » Personne n'achètera nos vieux meubles ! Il me tendit l'enveloppe de dons et me demanda de faire le nécessaire.

Mon fils Zac se mit de la partie. « Maman, si Dieu t'a dit qu'il faut donner cette somme, alors tu dois le faire. » En pleurant, j'obtempérais. Je me demandais où nous allions la trouver.

C'était le mois de Juillet. Nous avions jusqu'à juin de l'année suivante pour nous acquitter de cette somme. Au mois de mars, nous avions rempli notre engagement! Dieu fit des merveilles et l'argent afflua de différentes manières. Ce fut une expérience incroyable qui changea notre vie de famille.

L'année suivante, j'étais persuadée que Dieu ne s'attendait pas à ce que nous lui donnions à nouveau une telle somme. Nous lui demandions donc de nous inspirer pour cette offrande spéciale. Cette fois, le montant avait doublé! Avec foi, nous décidions d'aller de l'avant. De nouveau, Dieu pourvut.

Bien sûr, nous avons dû faire des sacrifices et changer notre train de vie. Mais quelle bénédiction pour notre famille! L'espace fait défaut pour que j'énumère toutes les bén édictions dont nous avons été l'objet: nouveaux meubles, nouvelles voitures, nouvelle maison, vêtements neufs ...

Au lieu de nous disputer à cause de l'argent, Jerry et moi avons décidé de travailler de concert afin de pouvoir donner davantage à Dieu. Cela s'est avéré être une bénédiction pour notre couple et nos fils.

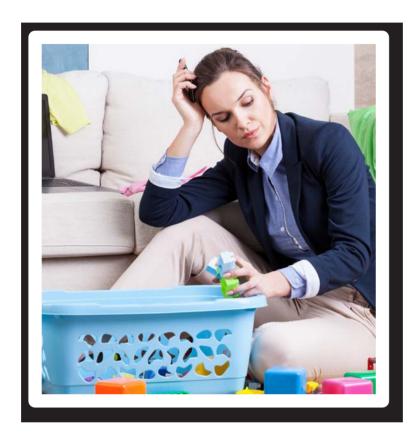
J'ai tant de fois imposé des limites à Dieu alors qu'il voulait m'enseigner à le suivre et à lui faire confiance. Si vous avez des difficultés financières, je vous encourage à attendre patiemment tout en écoutant ce que la Bible a à vous dire. Dieu vous montrera comment vivre différemment. L'inconnu peut être effrayant. Mais une chose est sûre, vous ne pourrez jamais donner plus que Dieu!

Janet Page est secrétaire à l'Association pastorale pour les épouses de pasteurs, la famille et la prière.

**DEUXIEME TRIMESTRE 2016** 

## Qui sait?

## IL N'Y A QU'UNE RÉPONSE A CETTE QUESTION



Êtes-vous déjà arrivée à la fin de votre journée ne sachant plus où vous en étiez et vous demandant si votre entourage s'en était apercu?

- Quelle énergie peut avoir un enfant de 2 ans ?
- Combien de fois ai-je répété
   « Je suis désolée » ?
- Qu'est-ce que cela m'a coûté pour parvenir à la fin de cette journée ?
- Qu'est-ce que cela nous fait d'être sollicitée 24/24 ?
- Comment se sent-on quand on est sans le sou, seule, épuisée, incomprise ?

En fait, y a-t-il quelqu'un qui sait réellement ce que je vis ?

Dieu sait. Ellen White écrit : « Le Seigneur est bon. Il est tendre et miséricordieux. Il connaît parfaitement chacun de ses enfants. Il sait exactement ce qu'il fait, et quelle est la mesure de confiance qu'il mérite. Ne voulez-vous pas permettre à Dieu d'accomplir son œuvre en votre faveur, et laisser de côté vos prétentions et vos revendications ? Si vous réalisez l'œuvre que Dieu vous a confiée, vous recevrez la couronne de gloire. » (Service chrétien, p. 325-326)

## « Oh Seigneur, tu me sondes et tu me connais. C'est pourquoi je te fais confiance pour me guider sur la voie de l'éternité! »

Psaumes 139, paraphrasé et condensé

#### **JE NE SAIS PAS**

Une des choses que la vie m'a apprise est que j'ai encore beaucoup à découvrir. Non pas que je pensais tout savoir ! Au fil des années, l'équilibre entre ce que je pensais savoir et ce que je pensais ne pas savoir s'est considérablement modifié.

Je me souviens clairement. Appuyée contre le siège avant, derrière mon père, dans notre vieille berline Ford, mes pieds en équilibre précaire, je pouvais voir vers où il se dirigeait. A cinq ans, j'étais très fière de pouvoir lire les panneaux à chaque fois qu'on s'arrêtait à un feu. Je déclarais à la famille que ce n'était pas nécessaire pour moi d'aller à l'école puisque je savais déjà lire, et que c'était suffisant pour pouvoir m'acheter à manger.

#### JE SAIS QU'IL SAIT

C'était bien avant l'ère des ordinateurs, de l'information, de la communication instantanée, de Google, de Wikipédia et avant l'accès à 4000 volumes d'une bibliothèque en un seul téléchargement d'une application. De nos jours, il suffit de dire « Je ne sais pas ! » et quelqu'un s'empressera de consulter son iPhone pour vous proposer ce que Google sait.

Pourtant ce flot de connaissances doit également nous faire admettre que l'on ne sait pas tout et c'est une bonne chose. Cela signifie que j'ai des limites, que j'ai encore des choses à apprendre et que je ne suis pas obligée de tout savoir. Je vais laisser de côté les futilités et passer

à l'essentiel, me rendant ainsi compte du privilège qu'est le mien de connaître quelqu'un qui sait tout.

Et à ce monde surinformé et hyperanxieux, je peux témoigner : « Il est la personne qu'il est primordial de connaître. »

Kathie Lichtenwalter écrit depuis l'Université du Moyen Orient à Beyrouth au Liban où son époux est doyen de l'école de théologie et du centre d'étude islamique et arabe. Elle assure aussi la liaison entre les épouses de pasteurs de l'Union du Moyen Orient et du Nord de l'Afrique, où chaque jour est une expérience où l'on apprend à dépendre de Celui qui sait tout et qui prend soin de nous.

- « Je ne puis discerner le dessein de Dieu dans mon affliction, mais il sait ce qui vaut mieux ; aussi vais-je lui remettre mon âme, mon corps et mon esprit, comme au fidèle Créateur. « ... Car je sais en qui j'ai cru, et je suis persuadé qu'il a la puissance de garder mon dépôt jusqu'à ce jour-là. » (2 Tim 1.12, LSG). Si nous voulions habituer et entraîner nos âmes à avoir plus de foi, plus d'amour, une plus grande patience, une confiance plus parfaite en notre Père Céleste, je suis sûre que nous jouirions d'une paix et d'un bonheur plus abondants, jour après jour, alors que nous connaissons les luttes de cette vie.
- « Le Seigneur n'est pas content quand nous sommes impatients et que nous nous dégageons des bras de Jésus. Il nous faut savoir davantage attendre tranquillement et veiller en même temps. Nous attachons trop d'importance à nos sentiments et nous demandons quelque signe approprié aux circonstances ; mais ce n'est pas le sentiment qui compte, c'est la foi.
- « Si nous nous conformons à la Parole écrite, dans la mesure où nous la comprenons, nous devons marcher par la foi, que nous en éprouvions ou non de la satisfaction. C'est déshonorer Dieu que de montrer de la défiance à son égard alors qu'il nous a donné des preuves aussi lumineuses de son grand amour en livrant à la mort son Fils unique, pour notre sacrifice, afin que nous croyions en lui, que nous placions notre espérance sur lui, que nous nous confiions en sa Parole sans le moindre doute. »

Ellen G. White, Messages Choisis, vol. 2, p. 277-278



Petite fille, j'avais toujours les mêmes trois sujets de conversation avec Dieu :

- « Mon Dieu, je voudrais devenir missionnaire et parler de Jésus autour de moi! »
- 2. « Mon Dieu, pourrais-je épouser un pasteur ? Ce sera ainsi beaucoup plus facile de parler de Jésus autour de moi! »
- « Mon Dieu, quand j'ouvrirai les yeux, pourras-tu donner vie à ma poupée ? Je veux vraiment devenir une maman. »

Dieu répondit à ma première requête sur le champ! Bien entendu, il fallait que je m'exerce un peu, alors je parlais de Jésus à mes poupées. Puis ce fut devant de mes cousins que je témoignais. Ensuite ce fut les enfants dans la rue et enfin, les personnes venues aux activités d'évangélisation organisées par l'église. Finalement Dieu me dit : « À présent, tu dois aller dans un autre pays. » Mon expérience en tant que missionnaire au Kazakhstan fut inestimable.

Comme je n'avais que 4 ans quand j'avais demandé à Dieu de me permettre d'épouser un pasteur, avec beaucoup de sagesse, il me fit attendre. Attendre, attendre et encore attendre au point d'oublier ma requête. Et ce, jusqu'au jour où je le vis à l'aéroport, marchant vers moi, tellement sûr de lui, tellement beau. Quel homme! (C'est une longue histoire romantique.) Où est-ce que je veux en venir? Dieu m'accorda mon pasteur; un cadeau parfait au moment que lui, jugea idéal.

Comme nous n'avions plus 20 ans, Tony et moi ne voulions pas attendre pour avoir des enfants. Après 5 mois, comme rien ne se passait, nous décidions de consulter un médecin qui nous annonça que nous ne pourrions pas avoir d'enfants. « Vous devriez envisager d'autres possibilités. » nous conseillat-il.

Cependant, nous n'étions pas si tristes car nous étions tous deux persuadés que Dieu pouvait nous aider à avoir un bébé. Après tout, « rien n'est impossible à Dieu » (Luc 1.37, LSG).

**DEUXIEME TRIMESTRE 2016** 

## « Il donne une maison à celle qui était stérile. Il en fait une mère joyeuse au milieu de ses enfants. Louez l'Eternel! »

#### Psaumes 113.9, LSG

Peu après cet événement, nous nous préparions à voyager et prêcher dans le cadre d'une campagne d'évangélisation. Au cours du voyage, alors que nous déjeunions, Tony me regarda et dit : « Je pense que tu es enceinte. »

Une fois rentrée, j'eus des vertiges, ne pouvais plus manger de tomates et éprouvais d'autres symptômes. Alors nous sommes allés voir un médecin. Je me souviens encore de l'expression de son visage quand nous lui avons révélé la raison de notre présence. Je sentais qu'il était désolé pour nous mais il nous proposa néanmoins un test de grossesse.

Un quart d'heure plus tard, il est revenu nous voir en s'exclamant : « Dieu est grand. Vous êtes enceinte. Cela ne peut être que Son œuvre! »

Dieu avait agi! Nous savions que rien ne lui était impossible! Nous étions si heureux qu'après deux jours, nous ne pouvions plus tenir cette nouvelle secrète, alors nous l'avons dit à notre famille et à nos amis. Tout le monde était heureux pour nous et notre bébé miracle était déjà aimé de tous. Nous avions choisi un nom et Tony chantait près de mon ventre tous les jours. Les nausées, l'insomnie, les longs rendezvous, boire et retenir toute cette eau avant l'échographie, tout cela m'enchantait!

Mais, lors d'un rendez-vous, on s'aperçut que quelque chose n'allait pas. Le médecin affichait un visage grave. Ce jour-là nous avons entendu ce petit cœur battre pour la première et dernière fois. Le cœur de bébé AJ était trop faible pour survivre.

Pourquoi Seigneur ? Je m'interrogeais. Ce bébé était une réponse à nos prières, un miracle . . . Alors pourquoi pas de miracle jusqu'au bout ?

Moins d'une semaine après notre drame, je tombais sur cette citation : « Quand nous nous tiendrons devant son trône, régénéré grâce à Lui, tous les mystères qui nous aurons laissés perplexes ici-bas, seront expliqués et nous connaîtrons avec certitude ce que nous connaissions par la foi—que toutes choses concourent à notre bien dans sa providence infinie. Nous cesserons de gémir "Mon Dieu, pourquoi?" Nos "hélas" deviendront des "Alléluia". Tous les points d'interrogation se transformeront en points d'exclamation, les peines laisseront place aux chants et la douleur se muera en adoration. » \*

Bébé AJ s'endormit dans le Seigneur en mai 2010. Un an plus tard, nous assistions à une assemblée et le deuxième jour, j'avais déjà le cœur qui se brisait. Amis et membres d'église ne cessaient de me questionner : « Alors, c'est pour quand le bébé ? »

Je ne cessais de sourire et de dire : « Dieu seul le sait » et je m'empressais de changer de sujet. Ce n'est pas comme si nous ne voulions pas d'enfants ou que nous ne tentions pas d'en avoir un.

Ce sabbat matin, j'étais assise toute seule, dans l'auditorium principal, priant : « Seigneur, il faut que je tienne encore 7 jours, donne-moi du courage, accorde-moi la paix. Et d'une façon ou d'une autre, prends-moi dans tes bras jusqu'à ce que l'assemblée se termine. »

Un peu plus tard, je fis une halte dans la section enfantine pour voir mes nièces. Tous les parents faisaient un câlin à leurs enfants. Il y avait des enfants partout et je me disais que j'aurais mieux fait de ne pas venir.

Je m'apprêtais à partir quand une femme s'exclama : « Sayuri, où est votre bébé ? J'ai appris que vous étiez enceinte l'année dernière ! »

#### 300 enfants

Je voulais lui dire que nous avions perdu notre bébé mais elle ne cessait de parler et chaque mot innocemment dit me transperçait le cœur. « Une minute! s'exclama-t-elle tout à coup, en appelant deux de ses amies. Je vous présente Sayuri, l'épouse du pasteur Tony. Figurez-vous qu'ils ne m'ont même pas envoyé un faire-part pour la naissance de leur bébé! »

Le silence se fit pesant.

Alors que je cherchais quoi dire, j'entendis une voix enfantine. C'était Marcos, un garçonnet de notre église qui courait avec d'autres enfants. « Oh, regardez, dit-il à ses amis, c'est ma maman! » Il se montra si enthousiaste que tous ses petits camarades voulurent aussi me faire un câlin.

Quand je relevai la tête, les commères étaient parties. Elles avaient dû se dire que ce bébé avait bien vite grandi! Au début de cette année, nous avons dressé une liste de tous les enfants pour lesquels nous avions prié et quel fut notre étonnement de constater qu'il y figurait plus de 300 enfants!

Récemment au cours d'un potluck, un homme m'a demandé si nous avions des enfants et quelqu'un s'est empressé de répondre : « Ils n'en ont pas ».

Pour la première fois, j'ai pu répondre « Oui, nous en avons 300. Et d'autres vont bientôt naître! »

Que vous ayez donné naissance ou pas, combien d'enfants avez-vous ?

\* Robert J. Morgan, The Red Sea Rules, p. 103.

Sayuri Rodriguez est mariée à Tony qui est pasteur. Il est aussi son meilleur ami. Ils servent à l'église adventiste de Roseburg, Oregon. Elle dit aimer passer son temps libre à prendre des photos, même sans appareil!



## Astuces pour

### survivre

## s'épanouir

#### **N'AYEZ PAS PEUR DES SACRIFICES**

Sacrifice. Ce mot peut sembler effrayant, surtout quand vous considérez ce dont vous devriez vous passer parce que vous vivez sur le salaire d'un pasteur. Mais n'ayez crainte. Il est peut-être vrai que parfois vous ne pouvez vous permettre le même genre de maison, de voiture, de vacances et de vêtements que vos amis et vos parents, mais tant de choses ont tellement plus de valeur que l'argent et ce qu'il peut procurer!

Si vos revenus ont diminué parce que vous élevez vos enfants vous-mêmes, est-ce vraiment un sacrifice ? Cela pourrait sembler être le cas d'un point de vue financier mais ce temps précieux passé avec eux et l'énorme influence que vous pouvez avoir sur eux sont inestimables!

Certains pensent que c'est un trop grand sacrifice de mettre de côté leur carrière pour seconder leur époux pasteur. Cependant, les joies et les avantages d'œuvrer en partenariat dans le ministère aussi bien que l'impact que cela aura sur votre église (sans compter les récompenses éternelles), l'emportent de loin sur l'argent que vous auriez pu gagner.

Cela peut s'avérer difficile de faire des sacrifices. Pourtant les bénédictions ne manquent jamais quand nous en faisons pour Dieu. Jésus tiendra fidèlement ses promesses comme le dit Marc 10.29,30 : « Je vous le dis en vérité, il n'est personne qui, ayant quitté, à cause de moi et de la bonne nouvelle, sa maison, ou ses frères, ou ses sœurs, ou sa mère, ou son père ou ses enfants, ou ses terres, ne reçoive au centuple, présentement dans ce siècle-ci, des maisons, des frères des sœurs, des mères, des enfants et des terres, avec des persécutions, et, dans le siècle à venir, la vie éternelle. » (LSG).

Avez-vous un petit conseil que quelqu'un aurait un jour partagé avec vous ou que vous auriez découvert lors de votre cheminement ? Envoyez-le à l'adresse suivante : ministerialspouses@ministerialassociation.org

# Citations **spéciales**

L'été chrétien. « Cette terre est le lieu de préparation pour le ciel. Le temps passé ici est l'hiver chrétien. Ici-bas, le vent glacial de l'affliction nous souffle dessus et les difficultés telles des vagues avancent vers nous. Mais dans un proche avenir, au retour du Christ, peines et gémissements disparaîtront. Alors nous expérimenterons l'été chrétien. Toutes les tribulations prendront fin, et la maladie et la mort ne seront plus. "Dieu essuiera toutes larmes de leurs yeux et il n'y aura plus ni mort, ni chagrin, ni pleurs, car les choses passées auront disparues." »

Heaven, p. 60

« Le chrétien sera rempli de joie dans la mesure où il sera un économe fidèle des richesses du Seigneur. Le Christ aspire à sauver tous les fils et les filles d'Adam. Il multiplie les avertissements en vue de briser le charme qui maintient l'âme captive dans l'esclavage du péché. Il supplie les hommes de se détourner de leur orgueil. Il amène la meilleure part de l'humanité à une claire vision, et il dit : 'Ne vous amassez pas des trésors sur la terre.' »

Conseils à l'économe, p. 136-137

« Lorsque vous êtes tentés de dépenser de l'argent en futilités, vous devriez vous rappeler le renoncement et le sacrifice que le Christ a consentis pour sauver l'homme déchu. Nos enfants devraient apprendre à renoncer à eux-mêmes et à se maîtriser. Tant de prédicateurs trouvent qu'ils ont du mal à joindre les deux bouts parce qu'ils ne savent pas refréner leurs goûts, leurs ambitions et leurs penchants. Et si tant d'hommes font faillite et s'emparent malhonnêtement de certains fonds, c'est qu'ils cherchent à satisfaire les goûts exagérés de leurs femmes et de leurs enfants. Combien les parents ne devraient-ils pas s'appliquer, par le précepte et par l'exemple, à enseigner l'économie à leurs enfants! »

Le foyer chrétien, p. 368-369

**DE VIE** 

# Pour vous aider à rester en vie, buvez au volant!



Kevin Smith rentrait chez lui en voiture, après le travail, un après-midi, quand un agent de la circulation lui fit signe de s'arrêter sur le bas-côté. Alors que l'officier s'approcha de sa voiture, Kevin baissa la vitre et demanda : « Monsieur l'agent, est-ce que je roulais trop vite ? »

« Oui, de temps en temps, répliqua l'agent, et je me demandais si vous aviez bu de l'alcool ? »

« Mais bien sûr que non ! répliqua Kevin, adventiste pratiquant, prônant les principes d'une vie saine. Pourquoi me posez-vous cette question ? »

« Eh bien, monsieur, lui répondit l'officier de police d'un air sérieux, j'ai remarqué que votre voiture zigzaguait. Au dernier feu, vous avez à peine marqué l'arrêt. Vous vous êtes également engagé dans un trafic dense et avez failli vous faire emboutir par un autre véhicule. Par moment, vous dépassiez la vitesse autorisée et j'ai aussi remarqué que vous aviez tendance à suivre les véhicules de trop près. À présent monsieur, voudriez-vous sortir de votre voiture pour que nous procédions au test d'alcoolémie? » L'agent fut surpris du résultat du test, mais pas Kevin.

Alors, pourquoi Kevin montrait-il des signes d'ébriété?

#### **SAVIEZ-VOUS QUE...**

Les gens qui conduisent alors qu'ils sont déshydratés font souvent les mêmes erreurs de jugement et courent autant le risque de faire des accidents que ceux qui conduisent sous l'influence de l'alcool. Pour quelles raisons?

#### 1. Nous sommes des conteneurs d'eau.

- 60% de notre masse corporelle est composée d'eau.
- Le cœur est composé d'environ 73% d'eau.
- Les poumons sont composés à 83% d'eau.
- La peau est composée à 64% d'eau.
- Les muscles et les reins sont composés à 79% d'eau.
- Même les os sont composés à 31% d'eau.

#### 2. L'eau permet à notre corps de fonctionner.

De la tête aux pieds, l'eau joue un rôle important dans le fonctionnement et la santé de notre corps. Voici quelques recommandations sur l'importance de boire de l'eau.

La salive dans notre bouche enclenche le processus de digestion qui conduit les aliments vers notre estomac et dans les intestins. Sans une hydratation adéquate, tout le système digestif n'est pas correctement lubrifié, ce qui a pour effet de ralentir la progression des aliments. En conséguence, certains problèmes se manifestent tels l'inconfort abdominal et la très redoutée constipation. Une hydratation insuffisante des intestins peut aussi empêcher le corps d'assimiler efficacement les vitamines hydrosolubles, les minéraux et les nutriments.

L'eau aide également à éliminer les toxines et les déchets à travers les poumons et le foie. Un signe distinctif indiquant une hydratation adéquate chez une personne en bonne santé est la couleur de l'urine, jaune clair au lieu de jaune foncé. Rester bien hydraté peut réduire les problèmes de vésicule biliaire et la formation de calculs rénaux aussi bien que les infections des voies urinaires.

Avec une hydratation adéquate, le sang circule aisément à travers notre corps, lui procurant l'oxygène et la nutrition dont il a besoin. En état de déshydration, le sang s'épaissit, ralentissant sa circulation. Le cœur bat alors plus vite afin de maintenir la circulation sanguine. Au fil du temps, des conséquences plus graves peuvent se manifester telles la hausse de la pression artérielle, l'accident vasculaire cérébral et des complications liées au diabète. Ce ralentissement nuisible du système circulatoire peut accélérer un début de maladie cardiovasculaire chez ceux qui ne s'hydratent pas correctement régulièrement.

Quelques autres fonctions de l'eau dans notre corps :

- Lubrifie les articulations
- · Régularise la température du corps

- Agit comme un absorbeur de chocs pour le cerveau et la mœlle épinière
- Garde la peau hydratée et saine (notamment les lèvres)
- Aide au développement de muscles solides
- Améliore la performance physique et mentale

#### **IRRIGUEZ VOTRE CERVEAU**

Le processus complexe de la transmission synaptique dans le cerveau, siège de fabrication de nos pensées, de notre mémoire, de notre capacité à prendre des décisions et à raisonner, dépend principalement d'un liquide lubrifiant pour fonctionner comme il se doit. Comme le cerveau est constitué à 83% d'eau, le liquide qu'il lui faut est tout simplement l'eau. Sans une hydratation correcte, le processus de la pensée risque de ralentir. Le cerveau n'est pas en mesure de stocker l'eau ; il se déshydrate si l'eau utilisée n'est pas remplacée quotidiennement.

Dans un état de déshydratation, il est difficile de rester concentré. La mémoire à court terme peut être compromise. Les facultés de jugement s'affaiblissent et le temps de réaction ralentit.

Prendre des décisions devient difficile et les facultés d'apprentissage s'amenuisent. Un cerveau mal hydraté peut provoquer des maux de tête, la fatigue, l'irritabilité et même la déprime.







#### STYLE DE VIE

Est-ce donc étonnant qu'une fonction motrice comme la conduite, basée sur le bon jugement et la promptitude des réactions, soit altérée quand le cerveau n'est pas correctement hydraté? Les fonctions musculaires sont également affectées quand le corps manque d'eau, ce qui a pour effet de ralentir et d'affaiblir la réactivité.

Les voyageurs ont tendance à passer aux toilettes avant de prendre la route et de ne pas trop boire tout au long du trajet afin d'éviter de multiplier les arrêts. D'un point de vue pratique, il n'y a rien à redire, mais le jeu en vaut-il la chandelle?

De même, les journées de travail nous prennent tout notre temps et boire suffisamment d'eau ne figure pas forcément sur notre liste de priorités. Ainsi dans le cas de Kevin Smith, même un trajet aussi court que celui d'aller de son lieu de travail à sa résidence s'est avéré sérieusement compromis faute d'hydratation.

Nous rendons un énorme service à notre corps en buvant suffisamment d'eau quotidiennement. Les jus de fruits, le lait, le café, le thé, les boissons artificiellement sucrées,

les sodas, ayant parfois un effet diurétique, ne peuvent se substituer à l'eau.

Oubliez-vous souvent de boire suffisamment ? Voici quelques astuces pour vous aider :

- Fixez-vous un objectif et maintenez-le. Si vous passez votre journée à l'intérieur, tâchez de boire 8 à 10 verres d'eau. Si vous vivez ou travaillez en haute altitude ou dans la chaleur, augmentez votre consommation d'eau en conséquence. Si vous avez des questions sur la quantité d'eau qu'il vous faut, consultez votre médecin.
- 2. Buvez deux grands verres d'eau dès le réveil afin de bien commencer votre journée.
- 3. Investissez dans une gourde. Mettez-y des repères pour ne pas oublier quand et quelle quantité d'eau boire.
- Utilisez une application gratuite du style
   Waterlogged ou Daily Water afin de vous aider à
   surveiller, stocker et analyser votre consommation
   d'eau.
- 5. Infusez une tisane dans de l'eau ou ajoutez des tranches de concombre et de citron à votre eau pour lui donner du goût.
- 6. Invitez vos amis, vos collègues ou des membres de votre famille à se joinder à vous. Par exemple, fixezvous comme objectif de boire 5 verres d'eau au travail. Ensuite établissez un calendrier de rappel et fêtez vos succès.
- 7. Utilisez une paille, vous boirez plus et plus vite.
- 8. Mettez une alarme sur votre téléphone ou votre ordinateur.
- 9. N'attendez pas d'avoir soif car cela voudrait dire que votre corps est déjà déshydraté.
- 10. Avant d'entreprendre un long parcours, hydratezvous correctement et continuez à le faire tout au long du voyage. Vous aurez probablement à vous arrêter fréquemment mais cela ne pourra être que bénéfique pour votre corps.

#### **EAU VIVE**

Tout comme nous ne devrions pas négliger de donner à notre corps l'eau dont il a besoin, de même nous ne devrions pas négliger notre besoin quotidien d'Eau Vive. « Jésus lui répondit : Quiconque boit de cette eau aura encore soif; mais celui qui boira de l'eau que je lui donnerai n'aura jamais soif, et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau qui jaillira jusque dans la vie éternelle. » (Jean 4.13,14, LSG).



Rae Lee Cooper est infirmière de profession. Son époux, Lowell et elle-même ont deux enfants mariés et trois adorables petits-enfants. Elle a passé presque toute son enfance en Extrême-Orient et a ensuite travaillé pendant 16 ans en tant que missionnaire, avec son mari, en Inde. Elle aime la musique, la créativité artistique, la cuisine et la lecture.

## *S'amuser en couple* 26 IDÉES POUR S'AMUSER SANS TROP DÉPENSER







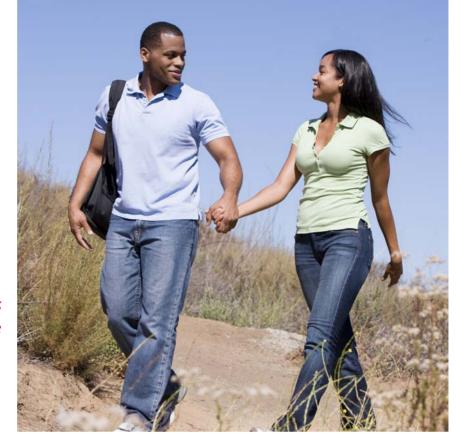
Il se pourrait que vous n'ayez pas trop de temps et pas beaucoup d'argent, alors voici quelques idées pour passer un moment agréable avec votre conjoint :

- Préparez ensemble des truffes diététiques à partir de différentes noix saines. Voici une recette simple que vous pourriez essayer: https://liagriffith.com/food-loverfriday-paleo-chocolate-bliss-bites/.
- 2. Faites du vélo à la campagne ou dans un parc. Empruntez ou louez-en un si vous n'avez pas de vélo.
- 3. Essayez de vous dessiner l'un l'autre ou de réaliser des photos rigolotes de vous deux.
- 4. Téléchargez une chasse au trésor de votre localité. Elle pourrait se faire à pieds ou en voiture. Il est souvent possible d'acheter ce genre de jeu en ligne à bon marché. Si vous ne trouvez rien, pourquoi ne pas en organiser une pour votre église ? En ligne, plusieurs sites proposent des astuces et des conseils pour l'élaboration d'une chasse aux trésors amusante et sans risque.

un parc, essayez un nouveau restaurant ou encore allez voir un concert.

- 6. Dans une papeterie, achetez trois cartes que vous aimeriez offrir à votre conjoint. Choisissez-en une avec une belle déclaration, une carte humoristique et une typiquement à son goût. Vous n'êtes même pas obligée de les acheter, contentez-vous de les lire à votre conjoint dans le magasin.
- Apprenez quelque chose de nouveau ensemble. Trouvez, pas loin de chez vous, des ateliers intéressants susceptibles de vous plaire, tels la sculpture de cuillères, la rénovation de meubles ou la reliure de livres.
- Saisissez un tapis, des jumelles et un thermos de chocolat chaud et allongez-vous sous les étoiles. Essayez ceci quand il ne fait pas froid, quand il ne pleut pas et quand il y a des étoiles filantes ou d'autres phénomènes astronomiques.
- 9. Louez un bateau et explorez un petit lac ensemble. Emportez un pique-nique et quelques bons bouquins. Relaxez-vous.

#### -S'amuser en couple



10. Découvrez ensemble une nouvelle balade.

- Visitez l'office du tourisme de votre localité et renseignez-vous sur les événements au programme dans votre région.
- 12. Visitez une galerie d'art locale ou une boutique d'art et sélectionnez trois peintures favorites. Vous pouvez aussi chercher des photos dépeignant des scènes bibliques et voyez si cela vous donne une nouvelle perspective de ces histoires.
- 13. A tour de rôle, faites-vous mutuellement la lecture d'un livre intéressant.
- **14.** Ensemble, faites quelque chose que vous aimiez faire avant votre mariage.
- 15. Fabriquez un cerf-volant, jouez au golf, faites du trampoline, visitez un zoo ou faites du quad. Partez à l'aventure.
- 16. Passez toute une soirée à vous relaxer chez vous. Pas de TV, pas d'écran, pas d'allusion au boulot, juste vous deux profitant de votre intimité. Echangez des baisers, faites-vous des câlins, faites-vous couler un bain, allumez des bougies et allez au lit tôt!
- 17. Visionnez sur YouTube le clip « le boomerang de la gentillesse » (Kindness Boomerang) produit par une équipe nommée « Life Vest Inside ». Ensuite, en ville, trouvez des gens à aider. Offrez le déjeuner à un sans-abri et faites-lui la conversation. Donnez un peu d'argent à un enfant pour qu'il s'achète une glace ou aidez une jeune maman et ses enfants. Souvenez-vous du boomerang de la gentillesse. Vous n'avez aucune idée des répercussions que peuvent avoir ces petits gestes de bonté.
- 18. Visitez une jardinerie et choisissez quelques plantes pour votre jardin. Plantez-les ensemble.
- 19. Restez à la maison, servez à votre conjoint sa boisson favorite et allumez quelques bougies. Mettez une musique romantique et pendant une demi-heure, composez chacun une lettre d'amour. Puis lisez-la à haute voix à votre conjoint.
- 20. Visitez une boutique pour petit budget et achetez-vous quelques tenues.



21. Restaurez ensemble un vieux meuble de la maison.

- 22. Cherchez sur internet des jeux du type « 60 secondes chrono » et essayez-les ensemble. Combien de post-it pourriez-vous coller sur votre partenaire en une minute en n'utilisant qu'une seule main? Quelle hauteur pourrait atteindre une tour faite de papier journal et de scotch, montée en une minute? Combien de dés ou de carrés de sucre peuvent tenir en équilibre sur un bâtonnet de glace que vous aurez à la bouche, le tout en une minute?
- 23. Entreprenez une tâche difficile ensemble, tel que nettoyer le garage ou le grenier. Ecoutez un livre audio ou de la musique pendant que vous travaillez. En guise de récompense, sortez dîner ou offrez-vous une glace.

- 24. Constituez un sac cadeau l'un pour l'autre.
  Ensuite, réfléchissez à 5 cadeaux que vous
  aimeriez offrir à votre conjoint si cela vous
  était possible. Ils ne doivent pas
  nécessairement être réels, cela pourrait
  être des idées abstraites et vous pourriez
  mettre dans le sac 5 objets qui les
  représenteraient.
- 25. Parcourez votre maison ou votre quartier.

  Trouvez des raisons qui vous poussent à être reconnaissants dans chaque chambre ou à chaque pas. Prêtez attention à la joie et à la paix que vous ressentirez en éprouvant de la gratitude.
- 26. Regardez des vidéos qui vous inspirent sur YouTube. Explorez des sites tels que www.gratefulness.org et www. ignitermedia.com, ou regardez des clips d'humoristes chrétiens.



Elle se glisse à l'intérieur discrètement, sans se faire remarquer. Les hommes rassemblés là pour l'occasion ne lui prêtent aucune attention. Pensant qu'elle est une servante qui s'affaire, ils fixent leurs regards sur les autres invités et sur leur hôte.

C'est un pharisien très connu. Bien qu'il ne soit plus un pariah, à cause de la très redoutée lèpre, le sobriquet « Simon le lépreux » lui est resté. Peut-être l'a-t-il gardé en mémoire de son passé.

C'est peut-être la raison pour laquelle Simon aime tant les festins. Il a expérimenté l'exil et désormais aime célébrer sa liberté retrouvée.

Et cette fête n'est pas une exception. Ce sera le festin qui couronnera tous les festins! Il a invité Jésus et Lazare, l'homme que Jésus a ramené d'entre les morts, se disant qu'il aurait des choses fascinantes à raconter.

Les hommes sont absorbés par leurs conversations. Ils sont presque allongés, leurs pieds dépassent sous la table sur laquelle ils sont en appui. Personne ne remarque la pécheresse qui se dirige vers Jésus. Elle se met à pleurer, non pas pour une quelconque raison sentimentale mais parce qu'il ne l'a pas rejetée. En fait, Il lui a sauvé la vie. Il l'a aussi transformée par ses paroles empreintes d'amour et de son pardon : « Moi non plus je ne te condamne pas. Va et ne pèche plus. »

Marie ne se soucie pas de ce que l'on va penser d'elle. Rien ni personne ne peut l'empêcher de lui témoigner à quel point elle l'aime. Alors qu'elle s'agenouille à côté de Jésus en pleurant, elle Lui baise les pieds, mêlant ses larmes salées à la poussière du voyage.

Ces lèvres qui ont expertement embrassé tant d'hommes pour les séduire, à présent baisent les pieds d'un homme pour lui exprimer humblement sa gratitude. Ses baisers, qui autrefois séduisaient, sont à présent des baisers d'adoration pour son Sauveur. Ce qui était impur est maintenant pur. Et comme elle n'a pas de serviette pour lui essuyer les pieds, elle utilise ses cheveux. D'un geste empreint d'amour et de compassion, elle Lui essuie les pieds. Ses lèvres et ses cheveux, symboles de sa vie passée, sont maintenant restaurés, utilisés pour adorer Celui qui l'a sauvée !

Ensuite, Marie brise son vase d'albâtre, rempli de nard pur. Son but ultime était de l'oindre. Alors que le parfum envahit la salle, l'attention de tous est à présent rivée sur elle. En l'observant, Simon a des pensées déplacées. Bien qu'il ait été celui qui l'avait incité à pécher, à présent, il la condamne, elle, mais aussi Jésus qui ne fait rien pour la repousser. Le mot grec que Simon utilise est haptomi signifiant « relation charnelle avec une femme ».

Mais Jésus ne le condamne pas non plus. Il préfère raconter une histoire où il est question de dettes et de pardon et Simon comprend le message. Dans son cœur arrogant et orgueilleux, une petite flamme finit par jaillir. Il voit la grande différence entre Marie et lui. Il n'est plus question du péché de Marie mais plutôt du pardon accordé par le Christ!

Bien qu'il eût été guéri par Jésus, Simon n'a pas connu la vraie repentance. Sa guérison n'a été pour lui qu'un moyen de retrouver sa place dans la société.

Il ne ressent qu'une pseudo-foi, faite d'apparence et d'orgueil caché. Judas et les autres disciples réagissent avec indignation. Eux ne voient qu'une pécheresse et du gaspillage. Ils n'ont pas le regard de Jésus. Mais il leur dit : « Laissez-la, elle a fait ce qu'elle a pu. Elle a fait un geste admirable qui sera relaté dans le monde entier, partout où l'Evangile sera prêché. »

Quel exemple! Et ce n'est pas tout. Au cours du souper pascal, les pieds de Jésus n'ont pas été lavés. Aussi, deux jours plus tard, suspendu à la croix, il s'écrie: « Mon Dieu, Mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné? » Les effluves de ce doux parfum, répandu avec tant d'amour, persistent encore.

Gail McKenzie est responsable Mifem et coordinatrice du département de la prière pour la fédération du Kentucky/Tennessee, une fonction qu'elle occupe depuis plus de 15 ans. Elle vit à Madison, Tennessee, avec son mari pasteur, Mike et son fils Stephen. Elle dirige actuellement une classe de l'EDS, a tenu des séminaires. « Comment étudier la bible » et a animé plusieurs retraites destinées aux femmes. Elle déclare qu'elle commence toujours ses interventions par ces mots « A ses pieds » car elle ne souhaite être nul part ailleurs.



#### **OU PEUT-ON VOUS TROUVER?**

A: le lieu

SES: la personne PIEDS: la posture

#### A: L'endroit où il faut être

Lisez: Jean 8.1-11

- Où Marie était-elle lors de cette relation avec Jésus ?
- Pourquoi l'ont-ils condamnée ?
- Quel rôle les pharisiens ont-ils attribué à Jésus ?
- Quand et pourquoi vous êtes-vous sentie condamnée ?
- Qui vous a accuse ?
- Quelles paroles Jésus adressa-t-il à Marie ?

« Moi non plus je ne te condamne pas... » (verset 11, LSG).

Réfléchissez : Avez-vous entendu Jésus vous adresser ces paroles ? Expliquez.

LISEZ: Apocalypse 12.10

- Qui est notre accusateur?
- A quelle fréquence nous accuse-t-il ?
- Les accusations des pharisiens étaient-elles légitimes ?
- L'accusation portée par Satan contre les enfants de Dieu est-elle fondée ?
- Dans Jean 8.10, qu'est-il arrivé à ses accusateurs?
- Dans Apocalypse 12.10 et 20.10, qu'est-il arrivé à l'accusateur?

## SES : LA PERSONNE AVEC QUI L'ON DOIT ÊTRE

Lisez: Matthieu 1.21

• Que signifie le nom de Jésus ?

**Découvrez : «** Jésus » ou le nom de l'Ancien Testament « Josué » signifie littéralement « Jéhovah est le salut ». Voici quelques expressions pour exprimer le pardon dans l'Ancien Testament :

- Effacer ou estomper la mémoire du péché
- Couvrir ou cacher le registre de nos péchés
- Relever et ôter le péché
- Eviter le péché.
- Pardonner à travers la substitution.

**Lisez:** Luc 7:48

**Découvrez : Le mot** « pardonné » est un participe passé, il s'utilise également à la forme passive ou active.

- Passé: une action faite dans le passé une fois pour toute et qui n'a pas besoin d'être répétée.
   Jésus a-t-il dit « Ce n'est pas fini ? » Non!
- Passive: le sujet subit l'action.
   Vous êtes le sujet, tout comme le fut Marie.
- Active: une simple affirmation des faits. Aucun doute à avoir, les faits sont là!

Réfléchissez: Dans le système judiciaire, il y a un jugement connu comme « l'effacement». On raconte l'histoire d'un jeune homme qui passa une nuit en cellule et qui écopa d'un casier judiciaire et d'une probation de deux ans pour vol d'objets dans une maison abandonnée. Plusieurs années plus tard, son avocat lui remit des documents pour son effacement. On lui fit comprendre que si un jour il était appelé à comparaître et qu'on lui demandait s'il avait déjà été arrêté ou s'il avait un casier, il pourrait répondre en toute honnêteté « non ». Mais quelle est la vraie vérité? Il avait déjà été arrêté, il avait un casier judiciaire. Mais la bonne nouvelle était que son casier judiciaire avait été « effacé ». Il n'était pas tenu de dévoiler son horrible passé. Ce dernier avait été effacé!

 Que souhaiteriez-vous effacer de votre passé ?

Lisez: Esaïe 1.18

C'est un passage très connu des Ecritures qui emploie un jargon légal et qui dit : « Venez, plaidons. » C'est un appel à comparaître.  Les accusations de Satan à votre égard sont-elles fondées ?

**Découvrez**: Le mot utilisé par Luc au chapitre 7 verset 48 est *aphesi* qui signifie pardon des péchés. Les oublier comme s'ils n'avaient jamais été commis.

**Explorez :** Lévitique 25.31,40 ; 27.24

L'année du Jubilé était celle où toutes les dettes étaient remises.

Lisez: Luc 7.41,42

• Quel genre de débiteur êtes-vous ?

**Lisez**: Hébreux 11 (le chapitre sur la foi). Faites attention à toutes les histoires réécrites sans que les péchés y soient mentionnés.

#### Réfléchissez:

- De quelle manière Jésus a-t-il réécrit votre histoire?
- Ecrivez un petit mot de gratitude pour Jésus, le remerciant pour tout ce qu'il a fait pour vous en ne vous forçant pas à vous dévoiler!

**PIEDS:** LA POSITION A ADOPTER

Charles Spurgeon dit que « A ses pieds » est une « posture correcte ». La racine du mot hébreux *regel* pour « pieds » implique « une présence » et « exercer une emprise ».

Lisez: Luc 10:39-42

- Où retrouve-t-on Marie?
- Que dit Jésus à son sujet ?
- Quelle est cette « meilleure part » qu'elle a choisie ?

Lisez: Jean 11

- Où retrouve-t-on Marie ? (verset 32)
- Que dit-elle à Jésus ?
- Que lui répond Jésus ?

Lisez: Jean 12.3-7

- Où retrouve-t-on Marie?
- Que fait-elle pour témoigner son amour à Jésus ?
- Quelle est la réaction de Jésus ?

Lisez: Jean 19.25-27

- Où retrouve-t-on Marie?
- Comment Jésus témoigne-t-il l'amour qu'il porte à sa mère ?
- Selon vous, que faisait Marie Madeleine au Calvaire ?

Lisez: Jean 20:1-17

- Où retrouvons-nous Marie?
- Que recherche-t-elle ?
- Que fait Marie ? (verset 11)
- Qu'entend-elle de la bouche de ce supposé « jardinier » ? (verset 16)
- Avez-vous entendu Jésus vous appeler?
- Quelle est la réaction immédiate de Marie ? (verset 17)
- Que Jésus lui ordonne-t-il de faire ?

Lisez: Jean 20:18

- Où retrouve-t-on Marie?
- A gui annonce-t-elle sa « bonne nouvelle »?
- Quelles autres femmes du Nouveau Testament se sont empressées auprès des hommes pour leur annoncer la bonne nouvelle qu'elles avaient entendue ? (Jean 4)

**Réfléchissez :** Avez-vous remarqué qu'à chaque rencontre de Marie avec Jésus, elle adopte la même position? Comment Marie est-elle devenue un disciple de Jésus? Elle était toujours « à ses pieds »! Où Jésus vous trouverat-il?

#### RAPPELEZ-VOUS OU ETAIT MARIE

Elle . . .

Fut jetée à ses pieds, prise en flagrant délit d'adultère.

S'assit à ses pieds pour écouter.

Pleura son frère, Lazare, aux pieds de Jésus.

L'oignit d'huile et lui lava les pieds de ses larmes.

Se tint au pied de la croix.

Fut la première à arriver au tombeau.

Fut la première à le voir à sa résurrection et se jeta à ses pieds.

Proclama Christ ressuscité.

## Argent, argent, argent...

#### IL EST POSSIBLE DE S'ENTENDRE

## **AVEC VOTRE CONJOINT**

#### SUR CE SUJET EPINEUX

Molly regarda fixement son relevé de carte de crédit. Comment pouvaient-ils avoir plus de 10.000 dollards américains de dettes ? Pourquoi Bill n'y avait-il pas fait allusion plus tôt ? Comment faire pour s'acquitter de cette dette ?

Hannah cacha le chemisier sous les provisions. Elle ne savait pas comment dire à James qu'elle avait fait un achat imprévu. Parler d'argent ne signifie pas simplement faire allusion aux pièces et aux billets. L'argent est aussi lié aux concepts de propriété, de pouvoir, d'identité et de droit.

#### LA SIGNIFICATION DE L'ARGENT

Que représente l'argent pour vous ? Voici quelques pistes pour vous aider à répondre à cette question.



- Au lieu de penser à l'argent en termes de « mon argent », « notre argent », considérez-le plutôt comme étant l'argent que Dieu vous aurait confié.
- Avant d'effectuer un achat, essayez de réfléchir et de vous demander : Pourquoi suis-je entrain d'acheter cela? En ai-je vraiment besoin ou suis-je tout simplement entrain de combler un vide? Parfois nous achetons croyant que cela nous fera du bien, et ça va du simple beignet au sac à mains de grande marque. Il se pourrait pourtant que nous n'ayons besoin que d'une étreinte, d'un moment de qualité passé en compagnie de notre conjoint, ou peut-être avons-nous besoin de reconnaissance, de réconfort, d'encouragement, de compréhension et de soutien.
- Priez pour savoir comment utiliser votre argent. Demandez au Saint-Esprit de vous montrer où il vous faut faire des changements pour progresser.

#### PLANNING FINANCIER

Tout mariage a besoin d'une dose de sagesse tant au niveau de l'épargne et des dépenses qu'au niveau du partage et des dons. Tout ceci est complexe et doit être traité avec soin. Voici quelques stratégies pour y parvenir.

- Abordez sans crainte le sujet des finances. Partagez avec votre conjoint trois choses que vous appréciez chez lui dans sa façon de gérer vos finances, mentionnez au moins une chose que vous aimeriez améliorer et un objectif pour lequel vous aimeriez travailler de concert. Evitez de vous lancer des accusations car cela ne ferait que vous éloigner l'un de l'autre, ce qui rendrait quasi impossible une conversation honnête et ouverte.
- Si vous avez des dettes quelconques, élaborez un plan réaliste pour les réduire. Que votre objectif pour chaque fin de mois soit de réduire vos dettes, au lieu de les augmenter.
- Fixez-vous des objectifs financiers à court, moyen et long terme. Pour un projet à long terme, déterminez la somme à économiser mensuellement et les moyens à mettre en œuvre pour y parvenir.
- Accordez-vous réciproquement une allocation que vous pourrez utiliser à votre convenance.
   Mettez-vous d'accord sur la somme à allouer aux dépenses domestiques.
- Si le fait de parler d'argent vous rend sensible ou s'avère difficile, faites une pause et analysez ce qui vous rend triste, honteuse ou coupable, ce qui vous embarasse, ce qui vous met en colère, etc. Quand est-ce que vos choix financiers vous rendent-ils heureuse, confiante, sereine, aimée et aimante? Quels sont les besoins relationnels que votre conjoint doit satisfaire afin que vous vous sentiez à nouveau aimée et en sécurité? Serait-ce le respect, le pardon, la compréhension, des moments de qualité, la proximité physique, l'acceptation, le réconfort et l'encouragement?

#### SUIFTS DE DISCUSSION

- Vous et votre conjoint allez mieux vous comprendre si vous abordez franchement ces questions. (Vous aurez aussi une meilleure compréhension de vousmême)
- Comment abordait-on le sujet de l'argent dans ma famille et comment le gérait-on?
- Quelles valeurs m'a inculquées ma famille sur la facon de gérer l'épargne ?

- Quelles valeurs m'a inculquées ma famille sur la façon de gérer les dépenses?
- Quelles leçons ai-je retenues de mes erreurs et de mes succès dans ma gestion de l'épargne, des dépenses et dans ma gestion de l'argent en général ?
- En matière de finances, quelles sont mes forces et mes faiblesses ?

- Quand il faut parler argent, je me sens souvent triste, en colère, effrayée, frustrée ... et cela m'aiderait vraiment si tu pouvais...
- Les trois choses que j'apprécie dans la façon dont tu aides à gérer le budget familial sont...
- Une chose que j'aimerais changer pour améliorer nos finances est...

#### Argent, argent, argent

 N'hésitez pas à demander de l'aide si vos finances sont catastrophiques. Plus vite vous vous attaquerez au problème, plus vite il sera résolu.

#### **VALEURS FINANCIERES**

Il est important d'établir des valeurs dans votre approche envers l'argent.

Voici quelques idées pour y parvenir :

- Elaborez une liste de 5 à 6 valeurs liées à vos finances et organisez-les en ordre de priorité. Encouragez votre conjoint à en faire de même. Ensuite partagez votre liste en expliquant ce que cela signifie pour vous, pourquoi vous les avez choisis et ce qui vous a poussé à les classer dans cet ordre. La prochaine étape sera d'élaborer conjointement cette liste en vous mettant d'accord sur vos priorités et vos valeurs en tant que couple. Utilisez cette liste pour évaluer votre budget.
- Etudiez les valeurs bibliques liées à l'argent.
   Considérez celles qui vous sont proposées ci-dessous :
  - Prière: Demandez à Dieu de vous aider à utiliser son argent avec sagesse et demandez-lui de guérir vos blessures et vos luttes se rapportant à votre gestion de l'argent (Philippiens 4:6,7).
  - Foi: Croyez que Dieu pourvoira à tous vos besoins (Philippiens 4:19).
  - Confiance : Faites-lui confiance en ce qui concerne vos



- Gratitude: Remerciez Dieu pour l'argent qu'il vous a donné, reconnaissant que chaque sou est une preuve manifeste de sa générosité envers vous (1 Thessaloniciens 5.18).
- Gestion: Prévoir avec sagesse les besoins actuels et futurs de votre famille (Luc 16.10-12).
- Générosité: Donnez généreusement à ceux qui sont dans le besoin ou simplement pour procurer de la joie aux autres (2 Corinthiens 9.6-15).
- Honnêteté: Soyez ouverts et honnêtes l'un envers l'autre en ce qui concerne vos difficultés et vos dépenses financières (Matthieu 5.37, Proverbes 19.1).
- Hospitalité: Partagez votre repas et votre foyer avec les autres pour qu'ils puissent expérimenter l'amour de Dieu et sentir que vous tenez à eux (Romains 12.13).
- Pardon: Pardonnez à vous-mêmes et aux autres pour vos erreurs financières passées (Colossiens 3.13).
- Patience: Soyez patients l'un envers l'autre si des erreurs financières sont commises (1 Corinthiens 13.4).
- Economie et ingéniosité: Utilisez vos ressources sagement, n'hésitez pas à réutiliser des objets, à raccommoder plutôt que de jeter évitant ainsi le gaspillage (Jean 6.12).
- Epargne: Soyez prête à mettre de l'argent de côté et à investir sagement plutôt que de tout dépenser immédiatement (Proverbes 13.11, Matthieu 25.27).
- Travail acharné: Faites de votre mieux quoique vous entrepreniez, comme si vous le faisiez pour Dieu (Colossiens 3.23,24).
- Partager et prêter: Aider les autres à mettre de l'argent de côté en leur prêtant ce dont ils auraient besoin et les leur laisser généreusement s'ils leur arrivaient de ne pas vous les rendre (Luc 6.35, 1 Timothée 6.17-19).

Pour plus d'idées et pour de l'aide, visitez : http://www.nadministerial.org/article/1089/family/sacred-family-circle/resources/at-home-resources/living-within-your-means

Karen Holford est épouse de pasteur et thérapiste familiale. Elle vit en Ecosse .

#### **EXPERIENCES A VIVRE**

- Pendant un mois, n'achetez rien de nouveau sauf ce qui est indispensable tels le gaz, la nourriture. Utilisez ce que vous avez, raccommodez, empruntez, ou faîtes vos achats dans des boutiques d'occasion ou des videgreniers.
- Pendant un mois, faites tous vos achats de carburant, nourriture, vêtements en liquide. Payer avec de l'argent « réel » permet de mieux cerner combien vous dépensez. Vous serez étonnés de constater
- la fréquence avec laquelle vous devrez aller au guichet automatique pour prélever de l'argent et le nombre de fois où vous n'achèterez rien parce que l'argent liquide fait défaut.
- A chaque fois que vous voulez faire un achat, écrivezle dans votre journal. Après un mois, relisez ce souhait. Avez-vous toujours le même besoin ou pouvez-vous désormais vous en passer?
- Notez dans un carnet vos dépenses mensuelles. Listez tout ce que vous achetez, le prix de chaque article et la raison pour laquelle vous l'avez acheté.
  - Faites une liste de vos petits plaisirs qui sont gratuits ou obligez-vous à mettre de l'argent de côté pour vous offrir un plus beau cadeau un peu plus tard.





## Chère Abigail,

Les vacances ont pris fin depuis plusieurs mois et les factures ne cessent de se succéder dans ma boîte aux lettres. La période des fêtes est loin derrière nous et les présents ont tous été déballés. Aujourd'hui, je dois faire face à mes dépenses inconsidérées, tout cela parce que je voulais trouver les cadeaux parfaits à offrir. Pourtant je m'étais adressée un discours d'encouragement avant de commencer mes achats mais je me suis laissée emporter! Maintenant je me sens idiote. Je veux vraiment me rattraper mais il me semble que je ne cesse de m'enfoncer financièrement et que je suis bien loin de pouvoir m'en sortir. Je me sens si coupable et j'ai désespéremment besoin de conseils pour éviter ce cercle vicieux.

Cordialement,
Financièrement Désemparée





## Chère Financièrement Désemparée

Nous entendons souvent cette phrase « On y voit toujours plus clair avec du recul. » Il est bien souvent trop tard lorsque nous décidons d'examiner les décisions qui nous ont conduit à des situations fâcheuses. Mais ne désespérez pas ! C'est le moment idéal pour effectuer des changements drastiques qui vous aideront à faire des choix plus judicieux dans votre vie. Que vous ayez à faire face à des difficultés financières, des problèmes de santé ou spirituels, il y a un plan providentiel dans la Parole de Dieu qui nous assure que le secours n'est jamais loin : « Nous avons auprès de lui cette assurance, que si nous demandons quelque chose selon sa volonté, il nous écoute. Et si nous savons qu'il nous écoute, quelque chose que nous demandions, nous savons que nous possédons la chose que nous lui avons demandée. » (1 Jean 5.14,15).

D'après votre lettre, il est certain que vous désirez effectuer des changements pour vous débarrasser de vos habitudes dépensières. En tout premier lieu, il est primordial que vous preniez du temps pour prier sur cette promesse de 1 Jean. Les mesures à prendre vous seront révélées au fur et à mesure que vous soumettez votre problème à Dieu.

Ensuite, essayez de trouver de l'aide auprès d'un conseiller financier chrétien.

J'inclus également quelques conseils pratiques qui feront du bien à toutes celles qui veulent éviter d'être prises au piège :

- 1. Evitez les achats de dernière minute. Vous acheterez n'importe quoi, quelque soit le prix parce que vous ne saurez pas quoi offrir.
- 2. Faites une liste et respectez-la. De plus, budgetez vos dépenses.
- 3. Arrêtez de faire les magasins. Soyez créatifs et fabriquez vos propres cadeaux, ils auront une valeur spéciale. De plus, les vitrines des boutiques pendant la période de Noël sont si alléchantes que nous sommes tentées d'acheter plus que nécessaire. Si nous évitons les boutiques, nous dépenserons moins!

Pour ce qui est de vos dettes actuelles, acquittez-vous-en le plus vite possible. Payez toujours un peu plus que le minimum, évitez de manger au restaurant et de dépenser pour du superflu jusqu'à ce que tout soit payé. Alors que vous commencez à réfléchir à votre prochain Noël, envisagez l'ouverture d'un compte épargne pour les fêtes auprès de votre banque.

Quand vous mettrez ces conseils en pratique, votre famille et vous-mêmes serez plus à l'aise pour les prochaines fêtes tout en ayant appris à mieux gérer votre argent sur l'année!

Cordialement,

Abigail

# L'argent : un cadeau de Dieu

#### 1

Demandez à vos parents de vous aider à trouver les articles suivants :

- une petite boîte ou un sac cadeau
- une enveloppe
- trois cœurs en papier
- 10 pièces identiques
- des marqueurs permanents



2.

Mettez les 10 pièces et un cœur en papier dans le sac cadeau. Ceci vous rappelera que tout votre argent est un cadeau de Dieu parce qu'il nous aime.

5.

Dieu nous donne de l'argent pour le partager autour de nous ou pour nous permettre de faire de bonnes actions autour de nous. Prenez la pièce 2 et mettez-la sur un cœur en papier. Comment utiliserezvous cet argent pour aider les autres ? 3.

Sortez toutes les pièces du sac et placez-les en ligne. Comptez-les de 1 à 10.

6

Les 8 pièces restantes sont à vous. Ce sont des cadeaux de Dieu. Comment en ferez-vous bon usage ? Pourquoi ne pas économiser au moins la moitié des pièces pour quelque chose d'important et de spécial ? 4.

Prenez la première pièce et placez-la dans l'enveloppe avec un cœur. Ceci représente la dîme que vous rendez à Dieu. La dime est une façon special de dire « merci » à Dieu et de lui manifester notre amour. Cela montre aussi que nous lui faisons confiance pour tous nos besoins. Décorez les enveloppes aux marqueurs et écrivez

« Merci Dieu ». Votre dîme soutient l'œuvre de Dieu dans le monde.

## Créer une pièce



- Trouvez différentes pièces et étudiez-les. Quelles sont les effigies qui y figurent ? Que voyez-vous d'écrit ?
- Dessinez deux grands cercles sur une feuille de papier. Ils représentent les deux faces d'une pièce. A présent, donnez libre cours à votre créativité et imaginez ce que vous pourriez dessiner sur les deux faces de cette pièce, destinée au royaume de Dieu.
- Quelles images et quels mots pourriez-vous graver sur votre pièce afin de rappeler à tous que l'argent est un cadeau de Dieu ?
- Que pourriez-vous y inscrire pour rappeler aux gens que leur argent sert aussi à aider les autres ?
- Montrez votre pièce aux autres, expliquez ce que cela représente et le message qu'elle véhicule.

# HISTOIRES DE DIMES

Rendre notre dîme à Dieu est une façon spéciale de lui dire merci pour tout ce qu'il nous a donné. Quand nous sommes fidèles, Dieu s'occupe des 90% restant et parvient à le faire durer plus longtemps.

- Demandez aux membres de votre famille ou à des membres d'église de vous raconter les merveilles que Dieu a réalisées pour eux parce qu'ils étaient fidèles dans leurs dîmes. Je suis certaine que vous entendrez des histoires extraordinaires, surprenantes et miraculeuses!
  - Écrivez leurs histoires dans un journal.
- Réfléchissez à la façon dont Dieu vous a aidé à gérer votre argent et comment il aide vos parents qui rendent aussi leurs dîmes.
   Notez également ces histoires dans votre journal.



## ARGENT HEUREUX!

- Les chercheurs ont découvert que les personnes les plus heureuses ne sont pas celles qui *veulent* et qui *ont* de l'argent mais plutôt celles qui en donnent le plus possible !
- Essayez de mettre un peu d'argent de côté ou achetez des cadeaux pour quelqu'un dans le besoin (trouvez des idées sur adra.org/make-a-difference/gift-catalog/). Qu'est-ce que cela vous a apporté de venir en aide à quelqu'un?



## PARTAGER UNE TIRELIRE

Préparez une boîte dans laquelle votre famille y mettra régulièrement de l'argent qui servira aux autres.

- Utilisez une boîte en plastique qui se ferme.
- Faites une fente dans le couvercle pour pouvoir y glisser l'argent.
- Collez du papier blanc autour de la boîte. Ensuite, décorez-la avec des photos de

- gens nécessiteux (photos à découper dans de vieux magazines).
- Encouragez tous les membres de votre famille à mettre de l'argent dans cette boîte au moins une fois par semaine, même si ce ne sont que des pièces.
- Priez pour que l'argent augmente. Demandez à Dieu de vous aider à choisir ensemble un projet.
   Utilisez cet argent pour acheter une poule ou des graines pour une famille dans un pays étranger ou des jouets pour des enfants pauvres près de chez vous.

### POSTER POUR CELUI QUI DONNE AVEC JOIE

- Lisez 2 Corinthiens 9.7. Il est écrit : « Dieu aime celui qui donne avec joie. »
- Partagez ce verset avec votre famille. Pourquoi est-ce parfois si difficile de donner avec joie ? Qu'est-ce qui pourrait nous pousser à le faire ? Nous remémorer la façon dont Dieu nous a bénis pourrait nous aider à vouloir lui donner quelque chose en retour.
- Créez un poster ou une carte et inscrivez-y ce verset pour vous aider à ne pas oublier de donner avec joie.



**FABRIQUEZ VOS PROPRES** 

## **ENVELOPPES POUR LES OFFRANDES**

Votre église a des enveloppes spéciales pour les dîmes et les offrandes. Pourquoi ne pas en créer des personnelles ?

- Prenez des enveloppes toutes simples et décorezles pour vos propres dîmes et offrandes.
- Vous rendez un peu de votre argent à Dieu pour lui dire merci pour tout ce qu'il vous a donné, alors embellissez les enveloppes avec des autocollants et des couleurs.
- Utilisez vos propres enveloppes pour vos dîmes et vos offrandes le sabbat suivant.

Karen Holford est l'épouse d'un pasteur en Ecosse.

#### NOUVELLES D'AILLEURS

## Division Centre Afrique-Est

En février 2016, accompagnés de Jean Baptiste Niyonzima, coordinateur du ministère de la prière et de l'évangélisation au niveau de l'Union du Rwanda, Jerry et Janet Page ont parcouru le Rwanda. Ils ont tenu sept séminaires de prière en vue de préparer les dirigeants et les membres de l'église pour la grande campagne d'évangélisation de mai 2016 : des campagnes d'évangélisation allaient se tenir simultanément sur 3000 sites. Les pasteurs ainsi que leurs épouses ont aussi assisté aux séminaires de prière.



Les épouses de pasteurs de l'Est du Rwanda.



Les épouses de pasteurs du Centre du Rwanda.



Les épouses de pasteurs du Sud du Rwanda.



Les épouses de pasteurs du Nord du Rwanda.

#### Division de l'Asie du Sud

En septembre 2015, les épouses de pasteur se sont réunies à Hosur. Elles ont eu le privilège de rencontrer d'anciennes coordinatrices « Sheperdess ». Au cours d'un service spécial, ces épouses de pasteurs retraités ont été félicitées pour le travail accompli aux côtés de leurs époux. Pour marquer l'occasion, ells ont toutes porté un châle qui leur avait été offert.

A Chennai, les femmes se sont rencontrées dans le complexe de Chennai Metro Section au mois de Septembre. Elles ont assisté à plusieurs représentations et fait une excursion au jardin des exhibitions scientifiques.

En octobre, à Goa, les épouses de pasteurs ont été encouragées à être encore plus efficaces au sein de leurs églises locales. Elles ont pris part à des discussions, écouté des témoignages et terminé la journée par un moment d'adoration, au coucher du soleil, sur la plage.

A Shillong, dans le complexe de l'Union du Nord-Est de l'Inde, également en octobre, les épouses de pasteurs se sont retrouvées. Elles ont été agréablement surprises de découvrir que les épouses de pasteurs habitant ce complexe étaient leurs cuisinières pour le weekend. La nourriture était très bonne!



Les participantes à Hosur posant avec les ex-coordinatrices « Sheperdess » de la Division de l'Asie du Sud, Rose Christo, Hepzibah Kore, Margaret Nathaniel et Birol Christo.



Les épouses de pasteurs à Goa ont prié à la plage avec les ex-coordinatrices Rose Christo (accroupie à droite) et Eshwaramma Peter, de l'Union du Sud de l'Inde et du Centre (debout au premier rang à droite).



Les épouses de pasteurs à Chennai ont rencontré Mme. Jagatha, une responsable régionale des épouses de pasteurs ; Rose Christo, ex coordinatrice des é pouses de pasteurs et Vijaya Arthur, coordinatrice au niveau de l'Union.



